

9月15日（月・祝）の スタジオB・映像レッスンの タイムスケジュール変更案内

9月15日（月・祝）はスポーツリズム体操の体験会開催のため、一部のプログラムを休講とさせていただきます、下記の3クラスのみ実施いたします。

皆様のご理解・ご協力をお願い申し上げます。

腰回りのストレスを 軽減するストレッチ 10:15～10:45	
シェイプアップエクササイズ 11:15～11:45	
バーニングファイターVol.8 12:15～12:45	